

3. Потребность в отдыхе в экспериментальной и в контрольной группах как к активному виду отдыха, так и к пассивному примерно одинакова.

Таблица 1 – Информация о здоровом образе жизни курсантов

	Содержание вопросов	Ответы в %	
		эсп. группа	контр. группа
1.	Как вы оцениваете свое состояние здоровья для предстоящей профессиональной деятельности? - совершенно здоров - удовлетворительно - затрудняюсь ответить	63,5 18,0 19,5	72,0 17,5 10,5
2.	Как чувствуете себя после занятий? - бодрым - усталым - затрудняюсь ответить (по-разному)	50,5 22,5 27,0	48,5 20,5 31,0
3.	Какой вид отдыха предпочитаете? - активный - пассивный - затрудняюсь ответить	48,3 42,4 10,3	50,0 46,5 3,5
4.	Какие испытываете потребности после занятий? - общение с природой - продолжение работы по специальности - в спиртном - духовном и культурном развитии	12,5 52,4 8,5 27,0	

Замысел ситуативных игр в оздоровительном направлении, по нашему мнению, должен основываться на различных проблемных профессиональных ситуациях, связанных с практической сферой будущей деятельности курсантов Академии МВД и соответствовать следующему организационному проекту игры, в котором выделены:

- требования к подготовке и проведению ситуативных игр;
- требования к организационным и содержательным установкам ситуативных игр;
- методическое и техническое обеспечение ситуативных игр;
- анализ ситуаций по теме ситуативной игры (на различных этапах проведения игры).

Другим направлением является образовательное. Раскрывая возможности ситуативных игр В.В. Давыдов, С.Д. Неверкович и др. отмечают, что они используются для приобретения обучающимися в короткие сроки опыта осуществления своей будущей профессиональной деятельности. Во время проведения ситуативных игр курсанты учатся переводить теоретические знания на уровень практических действий. Приобретая такие умения будущий специалист органов внутренних дел сможет решать практические проблемы на основе знаний, полученных в процессе обучения.

Ситуативные игры не только способствуют формированию здорового образа жизни и приобретению определенных знаний, умений и навыков, но и системы межличностных отношений, культуры общения, уверенности в своих силах, положительных качеств социального плана. Это отражено в воспитательном направлении.

Таким образом, использование ситуативных игр является основанием для управления процессом физического воспитания курсантов Академии МВД с целью формирования у них профессионализма в контексте современных требований.

METODYKA NAUCZANIA ELEMENTÓW TECHNICZNYCH PIŁKI RĘCZNEJ

*Larysa Głazyryna, Leon Rak, Daniel Bakota
Akademia im. Jana Długosza w Częstochowie*

Nauczanie techniki elementów piłki ręcznej powinno przebiegać zgodnie z zasadami nauczania ruchu i z wykorzystaniem całego bogactwa metod nauczania ruchu i form organizacyjnych. Jednakże opis zasad i metod nauczania ruchu przekracza ramy tego podręcznika i pozostawiony został do samodzielnego studiowania w oparciu o treści przekazane studentom na zajęciach z przedmiotu „metodyka wychowania fizycznego”.

W podręczniku skoncentrowano się na prezentacji praktycznego sposobu wykorzystania ww. treści, który prowadzi do zbudowania swoistej „drogi metodycznej” ułatwiającej przygotowanie scenariusza lekcji

wychowania fizycznego z piłki ręcznej. Należy pamiętać, że takie podejście może prowadzić do biernego odtwarzania prezentowanych schematów, a to z kolei nie służy prawidłowemu rozwojowi zawodowemu nauczyciela. Dlatego prezentowane w tej pracy schematy „dróg metodycznych” należy traktować jako pomoc w początkowym okresie pracy nauczyciela. Po osiągnięciu odpowiedniej praktyki i doświadczenia nauczyciel powinien pokusić się o stworzenie własnych rozwiązań metodycznych. Takie podejście do metodyki nauczania zapewni dalszy rozwój metod, form i środków nauczania i zapobiegać będzie schematyzmowi.

Elementy techniczne piłki ręcznej różnią się pod względem skomplikowania. Często opierają się o naturalne formy ruchu. Z nauczaniem i doskonaleniem takich ruchów nauczyciel nie powinien mieć większych problemów o ile solidnie przestudiuje podręczniki z „metodyki wychowania fizycznego”. Przy nauczaniu natomiast bardziej skomplikowanych technik, pomocne z pewnością okażą się informacje zawarte w literaturze odnoszącej się do „piłki ręcznej”. Jednakże literatura ta zawierając opis licznych ćwiczeń technicznych, rzadko prezentuje logicznie zwarte praktyczne przesłanki metodycznego doboru ćwiczeń. Dlatego autorzy tego podręcznika postanowili propozycje takiego doboru zaprezentować.

Założono, że nauczanie każdego elementu technicznego wymaga czasu i powinno przebiegać stopniowo od opanowania dokładnej techniki ruchu w przestrzeni przez ukształtowanie właściwej struktury czasowej ruchu do jego doskonalenia w zmiennych warunkach wewnętrznych i zewnętrznych. Dlatego nauczanie powinno być prowadzone zgodnie z wyróżnionymi *elementami drogi metodycznej*. Element drogi metodycznej w tym przypadku wskazuje jakie ćwiczenie należy w danym momencie nauczania dobrać. Elementy te ułożone są z jednej strony zgodnie z zasadą stopniowania trudności, z drugiej uwzględniają pewne istotne cechy nauczanego ruchu, które występują przy praktycznym wykorzystaniu danej techniki. Nie ma konieczności, potrzeby ani możliwości wykorzystywania wszystkich elementów *drogi metodycznej* w jednej lekcji. O tym z jakiego fragmentu *drogi metodycznej* skorzystamy zależy od wieku uczniów i poziomu ich umiejętności. W podręczniku zaprezentowano *drogi metodyczne* do nauczania wybranych, bardziej skomplikowanych technik piłki ręcznej. Każda z *dróg metodycznych* rozpoczyna się od punktu o nazwie „objaśnienie i pokaz”, a kończy się punktem o nazwie „doskonalenie”. Oczywiście objaśnienie i pokaz występuje zawsze w nauczaniu nie tylko elementów techniki, ale także w przypadku nauczania nowych, trudniejszych ćwiczeń. Doskonalenie zawiera natomiast podobne elementy bez względu na to, jakiej techniki dotyczy.

Metodyka nauczania podań i chwytów piłki na przykładzie podania półgórnego i chwytu półgórnego:

1. Objaśnienie i pokaz.
2. Ćwiczenia osvajające z piłką.
3. Podania i chwyt piłki w miejscu.
 - a. Podania i chwyt piłki w pozycji izolowanej,
 - b. Podania i chwyt piłki w pozycji stojącej.
4. Doskonalenie chwytów piłki.
5. Chwyt piłki i podanie po przeskoku.
6. Chwyt i podania piłki w ruchu.
7. Doskonalenie chwytów i podań (łączenie z innymi elementami technicznymi, wykonywanie z coraz większą prędkością, z przeszkadzającym obrońcą).

Metodyka nauczania rzutu piłki do bramki po przeskoku.

1. Objaśnienie i pokaz.
2. Nauczanie przeskoku (bez piłki).
3. Rzut do bramki z miejsca po przeskoku.
4. Rzut do bramki po chwycie piłki w biegu i przeskoku.
5. Rzut do bramki po skozłowaniu (pojedynczym) i przeskoku.
6. Rzut do bramki po kozłowaniu zakończonym przeskakiem.
7. Doskonalenie rzutu po przeskoku (łączenie z innymi elementami technicznymi, wykonywanie z coraz większą prędkością, z przeszkadzającym obrońcą, we fragmentach gry).

Metodyka nauczania rzutu piłki do bramki w wysoku

1. Objaśnienie i pokaz.
2. Nauka prawidłowego wysoku (bez piłki)
 - a. Wyskok po 1 kroku,
 - b. Wyskok po 2 krokach,
 - c. Wyskok po 3 krokach.
3. Rzut piłki w wysoku
 - a. Rzut piłki w wysoku po 1 kroku,
 - b. Rzut piłki w wysoku po 2 krokach,
 - c. Rzut piłki w wysoku po 3 krokach.
4. Rzut piłki do bramki w wysoku po chwycie piłki w biegu.

5. Rzut piłki do bramki w wyskoku po kozłowaniu.

6. Doskonalenie rzutu w wyskoku (łączenie z innymi elementami technicznymi, wykonywanie przy większej prędkości biegu, ćwiczenia we fragmentach gry, ćwiczenia z asystą obrońcy).

Metodyka nauczania rzutu piłki do bramki z padem.

1. Objasnienie i pokaz.

2. Ćwiczenia przygotowawcze (samoasekuracyjne, zwinnościowo – akrobatyczne).

3. Nauczanie padu (bez piłki)

- a. Pad z klęku,
- b. Pad z przysiadu podpartego,
- c. Pad z przysiadu podpartego z wymachem jedną nogą,
- d. Pad z pozycji stojącej z ustawienia przodem do kierunku rzutu,
- e. Pad z pozycji stojącej z ustawienia bokiem do kierunku rzutu,
- f. Pad z pozycji stojącej z ustawienia tyłem do kierunku rzutu.

4. Nauczanie rzutu z padem (ćwiczenia c, d, e, f z pkt. 3 zakończone rzutem do bramki).

5. Doskonalenie rzutu z padem (łączenie z innymi elementami technicznymi, wykonywanie z coraz większą prędkością, w asyście obrońcy).

Metodyka nauczania kozłowania

1. Objasnienie i pokaz.

2. Ćwiczenia oswajające z piłką.

3. Kozłowanie piłki w miejscu.

4. Kozłowanie piłki w ruchu

- a. Kozłowanie piłki w marszu,
- b. Kozłowanie piłki w truchcie,
- c. Kozłowanie piłki w biegu.

5. Nauczanie zmiany ręki kozłującej.

6. Zmiana rytmu, tempa i kierunku kozłowania.

7. Doskonalenie kozłowania (łączenie z innymi elementami technicznymi, wykonywanie z coraz większą prędkością).

Lekcja wychowania fizycznego z piłki ręcznej

Lekcja wychowania fizycznego w ujęciu Adama Kalinowskiego jest obowiązkową i podstawową formą realizacji celów i zadań wychowania fizycznego dla ogółu uczniów. Jest ona procesem pedagogicznym, w ramach którego nauczyciel, przy aktywnym udziale ćwiczących, realizuje w wyznaczonym miejscu, określonym czasie i z odpowiednią grupą uczniów wytyczone przez siebie zadania.²⁶

Każda lekcja stanowi zamkniętą jednostkę metodyczną ułożoną w określonym porządku. Porządek ten pozwala nam utrzymać - tok lekcyjny, który jest pewnego rodzaju schematem, czy szkieletem ustalającym kolejność, w jakiej ćwiczenia powinny występować na lekcji. Z jednej strony tok lekcyjny powinien być na tyle ogólny, aby w żaden sposób nie kępował swobody w doborze treści i organizacji lekcji, a z drugiej strony na tyle konkretny, aby nie pozwalał w przebiegu lekcji łamać podstawowych praw fizjologii i zasad dydaktycznych²⁷.

Przyjmuje się, że tok lekcji wychowania fizycznego zbudowany jest z 3 części:

- wstępnej (składa się z trzech ogniw),
- głównej (składa się z jednego ogniw),
- końcowej (składa się z trzech ogniw).

Część wstępna (10' – 15') – jej zadaniem jest zorganizowanie i zdyscyplinowanie grupy; wywołanie motywacji do aktywnego uczestnictwa w zajęciach; zapoznanie z celami lekcji, jak również za pośrednictwem zabawy ożywiającej i rozgrzewki bieżnej, kształtującej oraz specjalistycznej zaadaptowanie organizmu do intensywnego wysiłku jaki nastąpi w części głównej.

Część główna (25' – 30') – zasadniczym celem tej części jest kształtowanie określonych umiejętności, nauczanie prawidłowej techniki ćwiczeń i w konsekwencji późniejsze doskonalenie tejże techniki. Na początku części głównej wykonywane są ćwiczenia (biegi, wyścigi), które mają zapewnić wszechstronne pobudzenie układu krwionośnego, oddechowego i mięśniowego. Z kolei w dalszym fragmencie części głównej następuje realizacja zadań pedagogiczno – wychowawczych związanych z tematem zajęć z zakresu umiejętności, sprawności motorycznej, wiadomości oraz postaw i motywacji. W grach zespołowych realizacja zadań głównych lekcji następuje w wyniku organizowania ćwiczeń technicznych, techniczno-taktycznych oraz gry (uproszczonej, szkolnej lub właściwej).

²⁶ J. Tatarczuk: *Metodyka wychowania fizycznego. Zagadnienia wybrane*. Zielona Góra 2004, s. 123.

²⁷ J. Bielski: *Metodyka wychowania fizycznego i zdrowotnego. Podręcznik dla nauczycieli wychowania fizycznego i studentów studiów pedagogicznych*. Kraków 2005, s. 226.

Чаść końcowa (3' – 5') – do jej głównych zadań należy uspokojenie organizmu poprzez zastosowanie zabawy uspokajającej bądź ćwiczeń korekcyjnych lub kompensacyjnych o małej intensywności; omówienie i ocena realizacji zadań, jak również zmotywowanie uczniów do aktywności ruchowej w czasie wolnym od zajęć.

Proponuje się następujący schemat scenariusza lekcji wychowania fizycznego z piłki ręcznej:

Literatura

1. Breguła T., Piłka ręczna. Lata doświadczeń. Biblioteka trenera, Warszawa 1996.
2. Czerwiński J., Charakterystyka gry w piłkę ręczną, AWF Gdańsk 1990.
3. Czerwiński J., Piłka ręczna, AWF Gdańsk 1988.
4. Czerwiński J., Metodyczne i badawcze aspekty procesu wieloletniego treningu piłkarzy ręcznych. AWF Gdańsk 1996.
5. Diaczuk J., Piłka ręczna. Bliżej z przepisami, AWF Katowice 2007.
6. Diaczuk J., Piłka ręczna. Poznaj przepisy gry, AWF Katowice 2001.
7. Dencikowska A., Piłka ręczna - skrypt dla studentów wychowania fizycznego, Uniwersytet Rzeszowski 2004.
8. Góralczyk M., Szajna M., Szczepański H., Przepisy gry w piłkę ręczną, Warszawa 2001.
9. Grage W., Trening piłki ręcznej, OW Marshal 2002.
10. Jans W., Piłka ręczna. Atlas ćwiczeń techniczno-taktycznych. Gra w ataku, AWF Gdańsk 1993.
11. Jans W., Piłka ręczna. Atlas ćwiczeń techniczno-taktycznych, Warszawa 1992.
12. Kamiński M., Piłka ręczna - etapy szkolenia podstawowego, Warszawa 1993.
13. Krowicki L., Piłka ręczna - trening w praktyce, Gdańsk 1993.
14. Norkowski H., Analiza treningu i walki sportowej w piłce ręcznej, Warszawa 1992.
15. Olejnik M., Paterka S., Przewodnik do ćwiczeń z piłki ręcznej, Poznań 2000.
16. Paterka S., Piłka ręczna, AWF Poznań 2001.
17. Spieszny M., Piłka ręczna: program szkolenia dzieci i młodzieży, Warszawa 2001.
18. Spieszny M., Walczyk L., Tabor R., Piłka ręczna w szkole, Warszawa 2001.
19. Stawiarski W., Piłka ręczna. Wydawnictwo Skrytowe, Kraków 2003.
20. Wrześniewski S., Piłka ręczna - poradnik metodyczny, Warszawa 2000.
21. Zielonka Z., Mini - piłka ręczna, Warszawa 1992.
22. Żak S., Spieszny M., Nauka w teorii i praktyce gry w piłkę ręczną, Kraków 2004.
23. Żak S., Spieszny M., Nauka w teorii i praktyce gry w piłkę ręczną, AWF Kraków 2004.

ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ КОММУНИКАТИВНОЙ КОМПЕТЕНЦИИ СПЕЦИАЛИСТОВ СОЦИАЛЬНОЙ РАБОТЫ В ВУЗЕ

*Гольцов А.Ю., ст. преподаватель
Филиал РГСУ в г. Минске*

Современные преобразования высшей школы, способствующие ее переходу на многоуровневое образование в контексте Болонского соглашения, более чем прежде ориентируются на практику как альфу и омегу обучения, выполняя социальный заказ на подготовку компетентных специалистов. Специалист социальной работы сегодня должен обладать, помимо профессиональных знаний, коммуникативной компетентностью – фактором, обеспечивающим его востребованность на рынке труда. Профессионализм предполагает высокий уровень культуры общения специалистов. Возросшее внимание к исследованию коммуникативного компонента профессиональной подготовки специалистов «человековедческих» специальностей, в том числе специалистов социальной работы – закономерно.

Воспитание культуры общения является частью повышения уровня коммуникативной компетентности будущих специалистов социальной работы в вузе и может быть реализовано, кроме прочего, через частную задачу воспитания культуры невербального общения.

Следует отметить, что воспитание в высшей школе рассматривается как целенаправленная деятельность, осуществляющаяся через образование и организацию жизнедеятельности студентов, призванная формировать у будущих специалистов социальной работы систему качеств личности, взглядов и убеждений [5]. В этом смысле важно подготовить специалиста умелого и мобильного, способного быстро адаптироваться в стремительно меняющемся мире. Воспитание культуры невербального общения, кроме прочего, предполагает повышение уровня избирательности будущих специалистов социальной работы в отборе и усвоении знаний и умений невербального общения.

Несмотря на сложившуюся в области общения систему научных взглядов в отечественной науке (Б.Г. Ананьев, Г.М. Андреева, А.А. Бодалев, А.Я. Бродецкий, Л.П. Буева, В.С. Грехнев, М.Е. Дуранов, И.И. Зарецкая, И.А. Зимняя, М.С. Каган, Г.Е. Крейдлин, А.А. Леонтьев, Б.Ф. Ломов,